



**FRANCE
ALZHEIMER**
& MALADIES APPARENTÉES

Vous aider à toujours profiter de la vie

PROGRAMME « VIVRE AVEC LA MALADIE »



DE QUOI S'AGIT-IL ?

Oser prendre la parole, témoigner de ce qu'elles ressentent et de ce qu'elles vivent est une démarche essentielle pour les personnes malades. Tout comme se retrouver avec d'autres pour échanger des informations, partager des expériences et réinventer leur quotidien.

Pour les encourager, France Alzheimer a construit un programme « *Vivre avec la maladie* » sur le modèle de l'éducation thérapeutique du patient. Animé par un professionnel et un bénévole formés, il inclut des séances individuelles et des ateliers en groupe.

QUELS SONT LES OBJECTIFS ?

- S'approprier sa maladie et pouvoir en parler avec des personnes qui vivent une situation semblable.
- Mieux comprendre sa maladie et ses conséquences dans sa vie quotidienne.
- Mieux repérer ce qui peut aider à améliorer sa qualité de vie.
- Mieux se faire comprendre par son entourage.
- Améliorer sa confiance en soi pour poursuivre ou initier des activités.
- Retrouver du lien social.

À QUI CELA S'ADRESSE ?

Le programme « *Vivre avec la maladie* » s'adresse à toute personne qui, à la sortie de l'annonce diagnostique ou dans les mois qui suivent, se pose des questions sur sa maladie et éprouve le besoin d'être acteur de sa vie et de trouver des réponses et du soutien.



**« JE NE VOULAIS PAS Y ALLER ET
FINALEMENT JE NE REGRETTE PAS. JE ME
SUIS SENTIE SOUTENUE ET MOINS SEULE
TOUT AU LONG DU PROGRAMME. »**

Marine T.

« LORS D'UN BILAN INITIAL,

j'ai rencontré les intervenants du programme lors d'un entretien. J'ai parlé de ma situation et de mes attentes et nous avons évalué ensemble mes besoins.

LES 6 ATELIERS EN GROUPE M'ONT PERMIS :

- ATELIER** 1 de partager mes expériences et mes savoirs sur la maladie,
- ATELIER** 2 de valoriser mes compétences et partager mes solutions,
- ATELIER** 3 de trouver mes outils pour agir au quotidien,
- ATELIER** 4 de parler de mon entourage, mon rôle et ma place à leurs côtés,
- ATELIER** 5 d'apprendre à gérer mon stress,
- ATELIER** 6 de dresser la liste de mes envies.

LORS D'UN BILAN FINAL,

j'ai fait le point avec les intervenants du programme sur ce que les ateliers m'ont apporté. J'ai formulé avec eux mes projets à venir. »

L'INFO

EN +

Le programme « *Vivre avec la maladie* » s'échelonne sur plusieurs semaines. Il est proposé gratuitement aux personnes adhérentes de l'association. Pour en savoir plus, rapprochez-vous de celle qui est la plus proche de chez vous.

Créée en 1985, France Alzheimer et maladies apparentées est la seule association nationale de familles reconnue d'utilité publique sur la maladie. Elle peut compter sur l'expertise et la force de plus de 100 associations départementales engagées au plus près des familles.

NOS MISSIONS :

- Accompagner et soutenir les familles concernées.
- Sensibiliser l'opinion et impliquer les pouvoirs publics.
- Contribuer au progrès de la recherche.
- Former les professionnels de santé.

Illustration : Fabien Gilbert - 2021

Avec le soutien de :



Imprimé avec le soutien de :



Allo France Alzheimer :

0 800 972 097 Service & appel gratuits

Union nationale des associations
France Alzheimer et maladies apparentées
11 rue Tronchet – 75008 Paris
www.francealzheimer.org

